ॐ

महामृत्युंजय मंत्र



3.5 श्री मृत्युंजयमन्त्रजपविधिः

फलम्– सर्वरोगनिवृत्तिः, अपघातादिकृतभयनिवृत्तिश्च। अनुष्ठान– 5 दिन में 21000, 11 दिन में 51000। विशेष स्थिति में 125000। प्रातः दैनिकसन्ध्यावन्दनादिपूजां समाप्य शिवसन्निधौ पूर्वाभिमुख उत्तराभिमुखो वा भूत्वा स्वासन उपविश्य स्वसंप्रदायानुसारेण तिलकं कृत्वा रुद्राक्षधारणं कुर्यात्। ततः त्रिराचम्य प्राणानायम्य देशकालौ च संकीर्त्य संकल्पं कुर्यात्।

अथ संकल्पः :–

ॐ विष्णुर्विष्णुर्विष्णुर्मम सर्वपापनिवृत्तिपूर्वकायुरारोग्यैश्वर्यादिसिद्धये तथा आध्यात्मिकधिदैविकाधिभौतिकतापत्रय निवारणार्थं, भौम्यन्तरिक्षदिव्यमहोत्पातागामिसंचितसूचितदुष्टारिष्टदोषपरिहारार्थं, सर्वरोगपरिहारार्थं, विशेषेण स्वकीयैः परकीयैः स्वग्रामस्थैरन्यग्रामस्थैर्वा कृतक्रियमाणकारयिष्यमाणदुष्टयन्त्रमन्त्रतन्त्रविषशल्यौषधप्रतिमास्थापनाद्यभिचारकर्म घातफणिहवनश्येनयजनदुर्निरीक्षणदुर्दैवतोपासनादिक्षुद्रकर्मदोषपरिहारार्थं श्रीसदाशिवकृपाप्रसादसिद्ध्यर्थं मृत्युंजयमन्त्रस्य यथाशक्ति जपं ....गोत्रोत्पन्नः.........शर्माऽहं करिष्ये, तदंगत्वेन ऋष्यादिन्यासं च करिष्ये।।

अथ विनियोगः :–

ॐ अस्य श्रीत्र्यम्बकमहामन्त्रस्य वसिष्ठ ऋषिरनुष्टुप्छन्दः, पार्वतीपतिर्देवता, त्र्यं बींज, बं शक्तिः, कं कीलकं, सर्वरोगनाश पूर्वकायुरारोग्यादिसिद्ध्यर्थे सर्वेष्टसिद्ध्यर्थे च जपे विनियोगः।।

अथ ऋष्यदिन्यासः :–

ॐ श्रीवसिष्ठ ऋषये नमः – शिरसि, **ॐ अनुप्टुप्छन्दसे नमः** – मुखे, **ॐ श्रीपार्वतीपतिदेवतायै नमः**– हृदये,
ॐ त्र्यं बीजाय नमः – गुह्ये, **ॐ बं शक्तये नमः** – पादयोः, **ॐ कं कीलकाय नमः** – नाभौ,
ॐ सर्वरोगनाशपूर्वकायुरारोग्यादिसिद्ध्यर्थे सर्वेष्टसिद्ध्यर्थे च जपे विनियोगाय नमः – सर्वांगे।।

अथ करादिन्यासाः :-

मन्त्राः	अथ करन्यासः	अथ हृदयादिन्यासः
ॐ त्र्यम्बकं	**अंगुष्ठाभ्यां नमः**	**हृदयाय नमः**
ॐ यजामहे	**तर्जनीभ्यां नमः**	**शिरसे स्वाहा**
ॐ सुगन्धिं पुष्टिवर्धनं	**मध्यमाभ्यां नमः**	**शिखायै वषट्**
ॐ उर्वारुकमिव बंधनात्	**अनामिकाभ्यां नमः**	**कवचाय हुम्**
ॐ मृत्योर्मुक्षीय	**कनिष्ठिकाभ्यां नमः**	**नेत्रत्रयाय वौषट्**
ॐ माऽमृतात्	**करतलकरपृष्ठाभ्यां नमः**	**अस्त्राय फट्**

अथ अक्षरन्यासः :-

ॐ त्र्यं नमः	- पूर्वमुखे,	**ॐ बं नमः**	- पश्चिममुखे,	**ॐ कं नमः**	- दक्षिणमुखे,
ॐ यं नमः	- उत्तरमुखे,	**ॐ जां नमः**	- उरसि,	**ॐ मं नमः**	- कण्ठे,
ॐ हें नमः	- मुखे,	**ॐ सुं नमः**	- नाभौ,	**ॐ गं नमः**	- हृदि,
ॐ न्धिं नमः	- पृष्ठे,	**ॐ पुं नमः**	- कुक्षौ,	**ॐ ष्टिं नमः**	- गुह्ये,
ॐ वं नमः	- गुदे,	**ॐ र्धं नमः**	- दक्षिणोरुमूले,	**ॐ नं नमः**	- वामोरुमूले,
ॐ उं नमः	- दक्षिणोरुमध्ये,	**ॐ र्वां नमः**	- वामोरुमध्ये,	**ॐ रुं नमः**	- दक्षिणजानुनि,
ॐ कं नमः	- वामजानुनि,	**ॐ मिं नमः**	- दक्षिणजानुवृत्ते,	**ॐ वं नमः**	- वामजानुवृत्ते,
ॐ बं नमः	- दक्षिणस्तने,	**ॐ न्धं नमः**	- वामस्तने,	**ॐ नातं नमः**	- दक्षिणपार्श्वे,
ॐ मृं नमः	- वामपार्श्वे,	**ॐ त्यों नमः**	- दक्षिणपादे,	**ॐ र्मुं नमः**	- वामपादे,
ॐ क्षीं नमः	- दक्षिणकरे,	**ॐ यं नमः**	- वामकरे,	**ॐ मां नमः**	- दक्षिणनासायां,
ॐ अमृं नमः	- वामनासायां,	**ॐ तातं नमः**	- मूर्ध्नि।।		

अथ पदन्यासः :-

ॐ त्र्यम्बकं	-	शिरसि,	**ॐ यजामहे**	-	भ्रुवोः,	**ॐ सुगन्धिं**	-	नेत्रयोः,
ॐ पुष्टिवर्धनं	-	मुखे,	**ॐ उर्वारुकं**	-	गण्डयोः,	**ॐ इव**	-	हृदये,
ॐ बंधनात्	-	जठरे,	**ॐ मृत्योः**	-	गुह्ये,	**ॐ मुक्षीय**	-	उर्वोः,
ॐ मा	-	जान्वोः,	**ॐ अमृतात्**	-	पादयोः।।			

ॐ भूर्भुवःस्वरोमिति दिग्बन्धः।

सर्वतोभद्रमण्डलोपरि कलशं स्थापयेत्। तत्र च मृत्युञ्जययन्त्रं (पृष्ठ संख्या 437, 438, चित्र संख्या 6, 7, 8) स्थापयित्वा पूजयेत्।

अथ ध्यानम्ः-

हस्ताभ्यां कलशद्वयामृतरसैराप्लावयन्तं शिरो, द्वाभ्यां तौ दधतं मृगाक्षवलये द्वाभ्यां वहन्तं परं।
अंकन्यस्तकरद्वयामृतघटं कैलासकान्तं शिवं, स्वच्छाम्भो जगतं नवेन्दुमुकुटं देवं त्रिनेत्रं भजे।।

अथ पंचोपचारपूजाः-

ॐ लं पृथिवितत्त्वात्मने मृत्युंजयाय सदाशिवाय गन्धं समर्पयामि।
ॐ हं आकाशतत्त्वात्मने मृत्युंजयाय सदाशिवाय पुष्पं समर्पयामि।
ॐ यं वायुतत्त्वात्मने मृत्युंजयाय सदाशिवाय धूपं समर्पयामि।
ॐ रं तेजस्तत्त्वात्मने मृत्युंजयाय सदाशिवाय दीपं समर्पयामि।
ॐ वं अमृततत्त्वात्मने मृत्युंजयाय सदाशिवाय नैवेद्यं समर्पयामि।
ॐ सं सर्वतत्त्वात्मने मृत्युंजयाय सदाशिवाय सर्वोपचारार्थे अक्षतानि समर्पयामि।।

अथ मन्त्रः :-

ॐ त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्धनं। उर्वारुकमिव बंधनान्मृत्योर्मुक्षीय माऽमृतात्।।

अथवा मन्त्रः-

'ॐ हौं जूं सः ॐ भूर्भुवःस्वः त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम्। उर्वारुकमिव बन्धनान्मृत्योर्मुक्षीय माऽमृतात्।। स्वर्भुवर्भूरोम् सः जूं हौं ॐ।।''

अस्य विनियोगः-

अस्य श्री महामृत्युञ्जयमन्त्रस्य वामदेवकहोलवसिष्ठा ऋषयः, पंक्तिगायत्र्यनुष्छन्दांसि, सदाशिवमहामृत्युञ्जयरुद्रो देवता, ह्रीं शक्तिः, श्रीं बींज, क्लीं कीलकम्, सर्वाभीष्टसिद्ध्यर्थे जपे विनियोगः।

अथ ऋष्यादिन्यासः-

ॐ वामदेवकहोलवसिष्ठर्षिभ्यो नमः- शिरसि, **ॐ पंक्तिगायत्र्यनुष्छन्दोभ्यो नमः-** मुखे,

ॐ सदाशिवमहामृत्युञ्जयरुद्रेभ्यो नमः- हृदये, **ॐ ह्रीं शक्तये नमः- पादयोः, ॐ श्रीं बीजाय नमः-** गुह्ये,

ॐ क्लीं कीलकाय नमः- नाभौ, **ॐ सर्वाभीष्टसिद्ध्यर्थे जपे विनियोगाय नमः-** सर्वाङ्गे।

अथ हृदयादिन्यासः-

ॐ हौं जूं सः ॐ भूर्भुवःस्वः त्र्यम्बकं ॐ नमो भगवते रुद्राय शूलपाणये स्वाहा-हृदयाय नमः,

ॐ हौं जूं सः ॐ भूर्भुवःस्वः यजामहे ॐ नमो भगवते रुद्रायामृतमूर्तये मां जीवय - शिरसे स्वाहा,

ॐ हौं जूं सः ॐ भूर्भुवःस्वः सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम् ॐ नमो भगवते रुद्राय चन्द्रशिरसे जटिने स्वाहा- शिखायै वषट्,

ॐ हौं जूं सः ॐ भूर्भुवःस्वः उर्वारुकमिव बन्धनात् ॐ नमो भगवते रुद्राय त्रिपुरान्तकाय हां हों- कवचाय हुम्,

ॐ हौं जूं सः ॐ भूर्भुवःस्वः मृत्योर्मुक्षीय ॐ नमो भगवते रुद्राय त्रिलोचनाय ऋग्युजुःसाममन्त्राय– नेत्रत्रयाय वौषट्,

ॐ हौं जूं सः ॐ भूर्भुवःस्वः माऽमृतात् ॐ नमो भगवते रुद्रायाग्निमित्राय ज्वल ज्वल मां रक्ष रक्ष ॐ अघोरास्त्राय– अस्त्राय फट्।

अथ करन्यासः–

ॐ हौं जूं सः ॐ भूर्भुवःस्वः त्र्यम्बकं ॐ नमो भगवते रुद्राय शूलपाणये स्वाहा– अंगुष्ठाभ्यां नमः,

ॐ हौं जूं सः ॐ भूर्भुवःस्वः यजामहे ॐ नमो भगवते रुद्रायामृतमूर्तये मां जीवय – तर्जनीभ्यां नमः,

ॐ हौं जूं सः ॐ भूर्भुवःस्वः सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम् ॐ नमो भगवते रुद्राय चन्द्रशिरसे जटिने स्वाहा– मध्यमाभ्यां नमः,

ॐ हौं जूं सः ॐ भूर्भुवःस्वः उर्वारुकमिव बन्धनात् ॐ नमो भगवते रुद्राय त्रिपुरान्तकाय हां हों– अनामिकाभ्यां नमः,

ॐ हौं जूं सः ॐ भूर्भुवःस्वः मृत्योर्मुक्षीय ॐ नमो भगवते रुद्राय त्रिलोचनाय ऋग्युजुःसाममन्त्राय– कनिष्ठिकाभ्यां नमः,

ॐ हौं जूं सः ॐ भूर्भुवःस्वः माऽमृतात् ॐ नमो भगवते रुद्रायाग्निमित्राय ज्वल ज्वल मां रक्ष रक्ष ॐ अघोरास्त्राय– करतलकरपृष्ठाभ्यां नमः।

पूर्वोक्तवदेवाक्षरपदन्यासयोश्च कृत्वा ध्यान–पूजा–आदिं कुर्यात्।

भगवान् मृत्युञ्जय के स्वरूप का ध्यान कर, मानसोपचार से पूजन कर, उनके लिए विधिवत् अर्घ्य स्थापित कर पीठदेवताओं का पीठ के मध्य में इस प्रकार पूजन करना चाहिए–

ॐ आधारशक्त्यै नमः, ॐ प्रकृत्यै नमः, ॐ कूर्माय नमः ॐ शेषाय नमः,

ॐ पृथिव्यै नमः, ॐ क्षीरसमुद्राय नमः, ॐ श्वेतद्वीपाय नमः, ॐ मणिमण्डपाय नमः,

ॐ कल्पवृक्षाय नमः, ॐ मणिवेदिकायै नमः, ॐ रत्नसिंहासनाय नमः,

फिर आग्नेयादि कोणों में धर्म आदि का तथा पूर्वादि दिशाओं में अधर्म आदि का पूजन करना चाहिए। यथा–

ॐ धर्माय नमः– आग्नेये, **ॐ ज्ञानाय नमः**– नैर्ऋत्ये, **ॐ वैराग्याय नमः**– वायव्ये,
ॐ ऐश्वर्याय नमः– ऐशान्ये, **ॐ अधर्माय नमः**– पूर्वे, **ॐ अज्ञानाय नमः**– दक्षिणे,
ॐ अवैराग्याय नमः– पश्चिमे, **ॐ अनैश्वर्याय नमः**– उत्तरे।

पुनः पीठ के मध्य में अनन्त आदि का इस प्रकार पूजन करना चाहिए।

ॐ अनन्ताय नमः, ॐ पद्मनाभाय नमः,
ॐ अं द्वादशकलात्मने सूर्यमण्डलाय नमः, ॐ उं षोडशकलात्मने सोममण्डलाय नमः,
ॐ रं दशकलात्मने वह्निमण्डलाय नमः, ॐ सं सत्त्वाय नमः, ॐ रं रजसे नमः,
ॐ तं तमसे नमः, ॐ आं आत्मने नमः, ॐ पं परमात्मने नमः, ॐ ह्रीं ज्ञानात्मने नमः।

तत्पश्चात् केशरों में पूर्वादि ८ दिशाओं में तथा मध्य में वामादि शक्तियों की पूजा करनी चाहिए। यथा–

ॐ वामायै नमः– पूर्वे, **ॐ ज्येष्ठायै नमः**– आग्नेये, **ॐ रौद्र्यै नमः**– दक्षिणे,
ॐ काल्यै नमः– नैर्ऋत्ये, **ॐ कलविकरण्यै नमः**– पश्चिमे, **ॐ बलविकरण्यै नमः**– वायव्ये,
ॐ बलप्रमथिन्यै नमः– उत्तरे, **ॐ सर्वभूतदमन्यै नमः**– पीठमध्ये,

फिर '**ॐ नमो भगवते सकलगुणात्मशक्तियुक्तायानन्ताय योगपीठात्मने नमः**' इस मन्त्र से आसन देकर, मूल मन्त्र से मूर्ति का ध्यान कर, आवाहनादि उपचारों से पुष्पाञ्जलि समर्पण पर्यन्त महामृत्युञ्जय का पूजन कर, उनकी अनुज्ञा लेकर आवरण पूजा प्रारम्भ करनी चाहिए।

आवरण पूजा– सर्वप्रथम कर्णिका के ईशान कोण में '**ॐ ईशानः सर्वविद्यानामीश्वरः सर्वभूतानां ब्रह्माधिपतिर्ब्रह्मणोऽधिपतिर्ब्रह्मा शिवो मेऽस्तु सदाशिवोम्**' इस वैदिक मन्त्र से **प्रथम आवरण में** ईशान देव का पूजन करना चाहिए।

फिर पूर्व में– '**ॐ तत्पुरुषाय विद्महे महादेवाय धीमहि। तन्नो रुद्रः प्रचोदयात्**' इस वैदिक मन्त्र से तत्पुरुष का, इसके बाद दक्षिण दिशा में–'**अघोरेभ्यो अथ घोरेभ्यो घोरघोरतरेभ्यः। सर्वेभ्यः सर्वशर्वेभ्यो नमस्तेऽस्तु रुद्ररूपेभ्यः**' इस वैदिक मन्त्र से अघोर का, तत्पश्चात् '**ॐ वामदेवाय नमो ज्येष्ठाय नमः श्रेष्ठाय नमो रुद्राय नमः कालाय नमः कलविकरणाय नमो बलविकरणाय नमः बलाय नमः बलप्रमथनाय नमः सर्वभूतदमनाय नमो मनोन्मनाय नमः**' इस वैदिक मन्त्र से उत्तर दिशा में वामदेव का, तदान्तर '**ॐ सद्योजातं प्रपद्यामि सद्योजाताय वै नमः। भवे भवे नातिभवे भवस्य मां भवोद्भवाय नमः**' इस वैदिक मन्त्र से सद्योजात का पश्चिम दिशा में पूजन करना चाहिए। फिर ईशानादि देवों के पास निवृत्ति आदि ५ कलाओं का निम्न मन्त्रों से पूजन करना चाहिएए।

ॐ निवृत्त्यै नमः, ॐ प्रतिष्ठायै नमः, ॐ विद्यायै नमः,
ॐ शान्त्यै नमः ॐ शान्त्यतीतायै नमः।

इस प्रकार प्रथम आवरण का पूजन कर **द्वितीयवरण** में षडङ्ग न्यास के मन्त्रों से आग्नेयादि कोणो में, मध्य में तथा पूर्वादि दिशाओं में पजन करना चाहिए। – '**ॐ हौं जूं सः भूर्भुवःस्वः त्र्यम्बकं ॐ नमो भगवते रुद्राय शूलपाणये स्वाहा हृदयाय नमः, ॐ हौ जूं भूर्भुवः स्वः यजमाहे ॐ रुद्रायामृतमूर्तये मां जीवय शिरसे स्वाहा, ॐ हौ जूं सः भूर्भुवःस्वः सुगन्धिं पुष्टिवर्धनं ॐ रुद्राय चन्द्रशिरसे जटिने स्वाहा शिखायै वषट्, ॐ हौं जूं सः भूर्भुवःस्वः उर्वारुकमिव बन्धनात् ॐ रुद्राय त्रिपुरान्तकाय हां हों कवचाय हुम्, ॐ हौं जूं सः भूर्भुवःस्वः मृत्योर्मुक्षीय ॐ रुद्राय त्रिलोचनाय ऋग्यजुःसाममन्त्राय नेत्रत्रयाय वौषट्, ॐ हौं जूं सः भूर्भुवःस्वः माऽमृतात् ॐ नमो भगवते रुद्रायाग्निमित्राय ज्वल मां रक्ष रक्ष ॐ अघोरास्त्राय अस्त्राय फट्।**'

फिर **तृतीय आवरण** में अष्टपत्र में पूर्व आदि दिशाओं में नाम मन्त्रों से सूर्य आदि अष्टमूर्तियों का इस प्रकार पूजन करना चाहिए।

यथा–

ॐ सूर्यमूर्तये नमः, ॐ चन्द्रमूर्तये नमः, ॐ क्षितिमूर्तये नमः, ॐ जलमूर्तये नमः,
ॐ अग्निमूर्तये नमः, ॐ वायुमूर्तये नमः, ॐ आकाशमूर्तये नमः, ॐ यज्ञमूर्तये नमः,

चतुर्थ आवरण में पूर्वादि दिशाओं के क्रम से श्वेत आभावाली रमा आदि का निम्न प्रकार से पूजन करना चाहिए। यथा–

ॐ रमायै नमः ॐ राकायै नमः, ॐ प्रभायै नमः, ॐ ज्योत्स्नायै नमः,
ॐ पूर्णायै नमः, ॐ उषायै नमः, ॐ पूरण्यै नमः, ॐ सुधायै नमः,

पंञ्चम आवरण में पूर्वादि दिशाओं के क्रम से श्याम वर्णवाली विश्वा आदि का निम्न मन्त्रों से पूजन करना चाहिए। यथा–

ॐ विश्वायै नमः, ॐ वन्द्यायै नमः, ॐ सितायै नमः, ॐ प्रह्वायै नमः
ॐ सारायै नमः, ॐ सन्ध्यायै नमः, ॐ शिवायै नमः, ॐ निशायै नमः

षष्ठ आवरण में पूर्वादि दिशाओं में अरुण आभावाली आर्या आदि का निम्न मन्त्रों से पूजन करना चाहिए। यथा–

ॐ आर्यायै नमः, ॐ प्रज्ञायै नमः, ॐ प्रभायै नमः, ॐ मेधायै नमः,
ॐ शान्त्यै नमः, ॐ काल्यै नमः, ॐ धृत्यै नमः, ॐ मत्यै नमः

सप्तम आवरण में पूर्वादि दिशाओं के क्रम से स्वर्ण जैसी आभावाली धरा आदि की इस प्रकार पूजा करनी चाहिए। यथा–

ॐ धरायै नमः, ॐ उमायै नमः, ॐ पावन्यै नमः, ॐ पद्मायै नमः,
ॐ शान्तायै नमः, ॐ अमोघायै नमः, ॐ जयायै नमः, ॐ अमलायै नमः

अष्टम आवरण में पूर्वादि दिशाओं के क्रम से अनन्त आदि अष्ट रुद्रों की निम्न मन्त्रों से पूजा करनी चाहिए। यथा–

ॐ अनन्ताय नमः, ॐ सूक्ष्माय नमः, ॐ शिवोत्तमाय नमः, ॐ एकनेत्राय नमः,

ॐ एकरुद्राय नमः, ॐ त्रिमूर्तये नमः, ॐ श्रीकण्ठाय नमः, ॐ शिखण्डिने नमः,

नवम आवरण में उत्तर दिशा से विलोम क्रम द्वारा उमा आदि की निम्न मन्त्रों से पूजा करनी चाहिए। यथा–

ॐ उमायै नमः– उत्तरे, **ॐ चण्डेश्वराय नमः**– वायव्ये, **ॐ नन्दिने नमः**– पश्चिमे, **ॐ महाकालाय नमः**–नैर्ऋत्ये,

ॐ गणेशाय नमः– दक्षिणे, **ॐ वृषभाय नमः**– आग्नेये, **ॐ भृङ्गिरिटिने नमः**– पूर्वे, **ॐ स्कन्दाय नमः**–ऐशान्ये

फिर **दशम आवरण** में पूर्व आदि दिशाओं में ब्राह्मी आदि मातृकाओं का निम्न मन्त्रों से पूजन करना चाहिए। यथा–

ॐ ब्राह्म्यै नमः, ॐ माहेश्वर्यै नमः, ॐ कौमार्यै नमः, ॐ वैष्णव्यै नमः,

ॐ वाराह्यै नमः, ॐ इन्द्राण्यै नमः, ॐ चामुण्डायै नमः, ॐ महालक्ष्म्यै नमः,।

इसके बाद भूपुर में अपनी अपनी दिशाओं में इन्द्राादि दशदिक्पालों का निम्न मन्त्रों से पूजन करना चाहिए। यथा–

ॐ लं इन्द्राय नमः, ॐ रं अग्नये नमः, ॐ मं यमाय नमः, ॐ क्षं निर्ऋतये नमः

ॐ वं वरुणाय नमः, ॐ यं वायवे नमः, ॐ सं सोमाय नमः, ॐ ईं ईशानाय नमः

ॐ आं ब्रह्मणे नमः, ॐ ह्रीं अनन्ताय नमः।

फिर भूपुर के बाहर पूर्वादि दिशाओं में वज्रादि आयुधों की निम्न मन्त्रों से पूजा करनी चाहिए। यथा–

ॐ वं वज्राय नमः, ॐ शं शक्तये नमः, ॐ दं दण्डाय नमः, ॐ खं खड्गाय नमः,

ॐ पां पाशय नमः ॐ अं अंकुशाय नमः, ॐ गं गदायै नमः, ॐ शूं शूलाय नमः,

ॐ चं चक्राय नमः, ॐ पं पद्माय नमः,

इस प्रकार आवरण पूजा करने के बाद धूप दीपादि उपचारों से विधिवत् भगवान् महामृत्युञ्जय का पूजन करना चाहिए। तत्पश्चात् यथासंकल्पं जपं कृत्वा मृत्युञ्जयस्तोत्रं पठेत् – (स्तोत्रखण्डे द्रष्टव्यः)।

3.6 अथ अमृत (मृत्) संजीवनी मन्त्रः :—

फलम्– मृत्युतुल्यकष्टस्थिति से निवृत्ति। अनुष्ठानम्–3 दिन में 11000, 5 दिन में 21000। विशेषस्थिति में 125000।

''मूलेन च न्यासं कुर्यात्, त्रि(1)चतुश्(2)चैककं(3) पुनः। षट्(4)चतु(5)र्द्विकके(6)नैव षडंगानि समाचरेत्।।''

(अर्थात् 1 ह्रीं हंसः, 2 संजीवनी, 3 जूं, 4 जीवं प्राणग्रन्थिं = हंसः कुरु कुरु, 5 कुरु सौः सौः, 6 स्वाहा।)

विधिः –

अस्य मृत्संजीवनीमन्त्रस्य शुक्र ऋषिः, गायत्री छन्दः, मृत्संजीवनीदेवी देवता, ह्रीं बीजं, स्वाहा शक्तिः, हंसः कीलकं, सर्वाभीष्टसिद्ध्यर्थे जपे विनियोगः।।

अथ ऋष्यादिन्यासः –

ॐ शुक्र ऋषये नमः – शिरसि, **ॐ गायत्री छन्दसे नमः** – मुखे, **ॐ अमृत्संजीवनीदेवीदेवतायै नमः** – हृदये,
ॐ ह्रीं बीजाय नमः – गुह्ये, **ॐ स्वाहा शक्तये नमः** – पादयोः, **ॐ हंसः कीलकाय नमः** – नाभौ,
ॐ सर्वाभीष्टसिद्ध्यर्थे जपे विनियोगाय नमः – सर्वाङ्गे।।

अथ करन्यासः –

ॐ ह्रीं हंसः – अंगुष्ठाभ्यां नमः, **ॐ संजीवनी** – तर्जनीभ्यां नमः, **ॐ जूं** – मध्यमाभ्यां नमः,
ॐ हंसः कुरु कुरु – अनामिकाभ्यां नमः, **ॐ कुरु सौः सौः** – कनिष्ठिकाभ्यां नमः,
ॐ स्वाहा – करतलकरपृष्ठाभ्यां नमः।।

अथ हृदयादि न्यासः –

ॐ ह्रीं हंसः – हृदयाय नमः, **ॐ संजीवनी** – शिरसे स्वाहा, **ॐ जूं** – शिखायै वषट्,
ॐ हंसः कुरु कुरु – कवचाय हुम्, **ॐ कुरु सौः सौः** – नेत्रत्रयाय वौषट्, **ॐ स्वाहा** – अस्त्राय फट्।।

।।ॐ भूर्भुवःस्वरोमिति दिग्बन्धः।।

अथ ध्यानम् –

चन्द्रार्काग्निविलोचनं स्मितमुखं पद्मद्वयान्तःस्थितम्। मुद्रापाशमृगाक्षसूत्रविलसत्पाणिं हिमांशुप्रभम्।।
कोटीन्दुप्रस्खलत्सुधाप्लुततनुं हारातिभूषोज्ज्वलम्। कान्तं विश्वविमोहनं पशुपतिं मृत्युञ्जयं भावयेत्।।

अथ मन्त्रः –

'ॐ ह्रीं हंसः, संजीवनी, जूं , हंसः कुरु कुरु, कुरु सौः सौः, स्वाहा।'।1। अथवा
'ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि। धियो यो नः प्रचोदयात्।।
त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्धनमुर्वारुकमिव बन्धनान्मृत्योर्मुक्षीय मामृतात्।।
ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि। धियो यो नः प्रचोदयात्।।'।2।

विशेष सूचना :– मन्त्र जप के अनन्तर मार्कण्डेयपुराणोक्त मृत्युञ्जयस्तोत्र का पाठ अवश्य करें (स्तोत्रखण्ड में देखें)।
स्तोत्र पाठ के बाद इस मन्त्र का कम से कम एक माला जपें –

''नमः शिवाय साम्बाय हरये परमात्मने। प्रणतक्लेशनाशाय योगीनां पतये नमः।।'' ।।शिवार्पणमस्तु।।